

Reflexão Semana 6 (31/03-6/04)

Esta semana de Ensino Clínico, foi marcada por dois momentos particularmente importantes para o meu crescimento enquanto estudante de enfermagem: a realização da avaliação intercalar com o professor orientador e a enfermeira tutora, e o início do planeamento de um programa de intervenção combinada que visa promover o bem-estar global dos utentes através da integração de exercício físico e terapia de reminiscência.

A avaliação intercalar, foi um momento de autorreflexão essencial, onde tive a oportunidade de fazer um balanço do meu percurso até ao momento. Esta reunião permitiu-me reconhecer as minhas evoluções a nível técnico, relacional e humano, mas também identificar os pontos que preciso de continuar a desenvolver. A escuta ativa do feedback do professor e da enfermeira tutora foi muito importante para mim, pois proporcionou uma visão ampla e realista do meu desempenho. Foram destacados aspetos como a minha capacidade de integração na equipa, postura profissional, o interesse demonstrado pelas atividades da instituição e a relação com os utentes. Também foram feitas sugestões de melhoria, nomeadamente no que diz respeito à organização do tempo, à antecipação da entrega dos trabalhos, à proatividade no que toca à passagem de turno e aprimoramento de juízo crítico. Este momento de avaliação foi, por isso, extremamente positivo, pois reforçou a minha motivação e ajudou-me a traçar metas concretas para as semanas seguintes de Ensino Clínico.

Paralelamente, esta semana iniciei juntamente com o meu colega Rodrigo, o planeamento de um programa de intervenção combinada, que pretende integrar sessões de exercício físico adaptado com momentos de terapia de reminiscência, dirigidos aos utentes da ERPI. Este tipo de intervenção tem como objetivo trabalhar tanto a componente física como cognitiva e emocional, reconhecendo a importância de uma abordagem holística à saúde da pessoa idosa institucionalizada. Durante a fase de planeamento, foi necessário refletir sobre as capacidades dos utentes e assim selecionar alguns para a realização das atividades, selecionar atividades adequadas aos diferentes níveis de funcionalidade e ponderar a frequência e duração das sessões. Esta experiência tem sido particularmente enriquecedora, pois permite-me aplicar conhecimentos adquiridos ao longo da licenciatura de enfermagem tanto como em seminários, particularmente o seminário onde foi debatido o projeto Mind&Gait, mas também desenvolver competências de organização, pensamento crítico e trabalho em equipa.

Sinto que o envolvimento neste projeto é uma oportunidade única de pôr em prática todos os conhecimentos previamente adquiridos na unidade curricular “Cuidados gerontogeriátrico em contexto de longevidade” e pôr em prática o conceito de

cuidados centrados na pessoa, respeitando os interesses, vivências e memórias dos utentes. Além disso, é uma forma de promover momentos de partilha, reforçar a autoestima e estimular o corpo e a mente dos participantes, combatendo a solidão e o isolamento.

Em suma, esta foi uma semana marcada pela reflexão, pelo planeamento e pelo crescimento pessoal e profissional. Estou grato por todas as experiências e consciente da responsabilidade que é cuidar com presença, empatia e conhecimento. Espero continuar a contribuir de forma positiva para a vida dos utentes e para a equipa que me tem acolhido ao longo destas semanas de Ensino Clínico.

Alex Damas Santos (a22101256)